



広報委員会は頑張っている

広報担当 副会長
玉城 信光

2010年広報委員会は月々の会報を着実に会員へ届けることができたと思う。沖縄県医師会の活動の記録として、また会員への広報としての会報である。その思いを会員が受け取ってもらえるのなら大変うれしいことである。

昨年クリニカルシミュレーションセンターができることと広報した。その会議がもたれいよいよ設計図を完成させる段階に来たのである。建物ができる前に教育のプログラムの編成や具体的な活動が開始される。シミュレーション教育に興味のある先生方が必要になる。新しい医療の未来を開く人材募集である。

沖縄県医師会は2ヶ月に1回沖縄県と定期的な医療に関する協議会をもっている。これは県と医師会との信頼関係のもとに行なわれるのである。11月の県知事選挙においては多くの会員のおかげで仲井眞知事が再選された。これは引き続き県の医療行政の中で医師会の役割が大きいことを意味するのである。

沖縄県には種々の予算が降りてくる。その多くが県立病院のために使われているが、最近では県医師会への委託事業も増えて来た。その事業のひとつとして女性医師バンクを立ち上げ、ホームページから女性医師の就業支援ができるようになった。女性医師の働きやすい環境を造ることは、ひいては男性医師も含めたすべての勤務環境の整備につながっていくことになる。

糖尿病や脳卒中の連携パスやデータの集積をITを使った事業として展開する予定である。総事業費1億8千万円である。沖縄の疾患のデータベースができると、その予防方法の確立、生活習慣の改善につながると思われる。

これからの新しい事業として肝硬変になった

肝臓の再生や癌の免疫療法などの事業も始まろうとしている。

この様にいくつかの事業が走っている。これらを生かして沖縄の未来をどのようにつくっていくのか。会員の知恵が必要になる。

このような情報を満載した沖縄県医師会報を今年も皆さんに届けていきたいと思う。



「逆境!」、そして 「連理の枝!」

広報副担当理事
照屋 勉

あけましておめでとうございます。去年は、中国との「尖閣諸島問題」、ロシアとの「北方領土問題」、アメリカとの「普天間基地移設問題」、そして「朝鮮半島問題」・・・、三つの大国・最も近い隣人を相手に、正に「逆境」に立たされた「日本」でした。幕末の風雲児・坂本龍馬が叫んだ「新しい日本!」になれるか、諏訪中央病院名誉院長の鎌田實先生が強調されていた「強い日本!」になれるか、五里霧中・難題山積の新年の始まりです・・・。先日、甲子園春夏連覇の興南高校野球部：我喜屋優監督が、ある講演会で「逆境を友達に!」という話をされておりました。「逆境の裏側に宝物がある!」、「送りバントの精神を大切に!」などなど、名言オンパレードの本当に素晴らしい講演会でした。小生的には、「逆境も意味あり! (by 筑紫哲也氏)」、「新しい苦勞との出会い! (by 市川崑氏)」、「(与える・活かす) 苦勞するチャンス!」、「感謝は逆境に育つ! (by 大宜見義夫先生)」などなど、「逆境脱出法」をいろいろ考えてみたのですが、まだまだ正解には辿りついておりません。ところで、「連理の枝」という名言があります。天にありては「比翼の鳥」となり、地にありては「連理の枝」とならん! (by 白居易=白樂天:「長恨歌」)。助け

合う「比翼の鳥」、理（木目）が連なる枝・・・。“人間の枝もやがて寄り添い、そして「絆」ができる！（byNHK：「ウェルカム」）。「逆境」を克服し、「比翼連理」の世界が実現できることを願って止みません。新年早々、少しお堅い話になってしまいました・・・何はともあれ、本年も、ゆたしくゆたしく、ご指導・ご鞭撻・ご支援・ご協力の程、心よりお願い申し上げます。



健康長寿を願う

広報委員（北部地区医師会）
石川 清和

新年明けましておめでとうございます。今年も皆様にとって良い年でありますように！

年初に健康長寿を毎年祈願するのだが、「医食同源」、「男女の違い」、「運動習慣」、「社会的ネットワーク」、「年齢による変化」を理解することが健康長寿に大切だと考える。

「年齢による変化」であるが50歳を超え生物学的に下り坂を迎えた事を実感している。50歳といえば昔は一通り子育てが終わり始めるころである。子孫を残し、その子孫が独り立ちをしてしまえば、生物学的に用はない。植物は枯れる時に、まずは葉が紅葉し、そして落葉し枯れてしまう。動物も遺伝子にそのような設計が施されているのであろうか？視力に代表される感覚機能の衰え、足腰の筋力の低下や体の硬さ等体力の衰え、アルコールの分解能力や傷の治癒力の低下等の内臓力の低下を自分自身で身にしみて感じているし、50歳以上の患者さんにはその事を前提として生活習慣の指導をすると共感が得られやすい。

50歳を過ぎ健康的な生活をするには、生き方全般にギアチェンジが必要で、自分自身の体の声を聞き取りしっかりと対応していくしな

かな生き方が必要だと感じている。日々の診療の中で90歳以上の高齢者に50歳の自分が生活習慣の指導をすることに疑問を感じないわけではない。が、高齢者の方がより元気になることで自分の生活習慣の指導が間違っていないことが試されると思っている。私が生まれてからの50年で沖縄を含め社会は激変した。食物、交通手段、情報伝達手段が便利になることによって私達は多くの大切なものを失ってきた。この社会の急激な変化に対応できる体のシステムを私達は遺伝情報としておそらく持っていない。であれば、現代の生活・文化に対応できる新しい健康的な生活習慣や、新しい健康文化を作り出していく必要がある。

幸い一部の体力、内臓力は衰えても知力は50歳を超えても高めていくことが出来る。知識量、思考力、推察力等は使えば使うほど強化されていく。歩くことはただ単に体力の低下を予防するだけでなく、思考力を高め、セロトニン神経を活性化し心の風邪の予防になる。インターネット、テレビ等によって私達は情報過多の中にいる。その中で軸がぶれない生き方をする為には、工夫が必要である。私は朝お茶を入れしばし瞑想している。また、合気道を習い始めたが、体の支配だけでなく気力を充実させ心の修練になると思う。常に新しいことへ挑戦することは、頭が固くなるのを予防し、心のしなやかさを維持し健康長寿につながる一つの大切な要因であると信じている。



整

広報委員（中部地区医師会）
比嘉 靖

明けましておめでとうございます。早いもので広報委員会としての新年の挨拶も四回目を迎えました。今回の挨拶の締め切りには日本漢字

能力検定協会の「今年の漢字」は間に合いませんでしたが、2010年に良く耳にし、新年を迎えるに当たり景気付けになりそうな漢字一文字を私なりに考えてみました。芸人ねずっちの「整いました〜」という元気な声が私の耳に残っています。いろいろな謎かけをてきぱきと解決していく小気味良いイメージが残っており、新年に向けて「整」を私の「来年の漢字」にしたいと思います。2010年は個人的にも、世間的にも騒々しい年で、広報委員の仕事にも支障があり他の委員の先生には御迷惑をおかけしました。2011年は処々の問題をテキパキと解決し、きれいに整った環境で、診療、広報委員としての仕事ができたらと考えています。本年もきれいに整った「医師会報」ができるよう私なりに頑張りますので、よろしくお願い申し上げます。



新年のご挨拶

広報委員（浦添市医師会）
池村 剛

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。昨年一年があっという間に過ぎてしまいました。まさに光陰矢の如しです。そのうえ、記憶に新しい（と思っている）出来事がよく考えてみると2年前、3年前の話であったりすることがあり、まるで時間の中をロケットで突き進んでいるようで、光陰ロケットの如しです。年齢を重ねるにつれ時の流れが速く感じられます。1年は10才の子供にとっては人生の10分の1、60才の方では60分の1になり、年齢の分だけ時の流れを早く感じてしまうのだそうです。フランスの哲学者ポール・ジャネーの仮説で「ジャネーの法則」と呼ばれています。理屈はどうあれ1年は2〜3ヶ月に感じられ、「こち亀」の日暮ねるおの出番があっという間にやってきます。昨年話題にな

った探査機“はやぶさ”は秒速30km以上の猛スピードで宇宙を進みましたが、惑星“イトカワ”からの帰還までに7年もかかりました。広大な宇宙には時間がいっぱい詰まっているのかもしれませんが、地球の時間はあっという間に過ぎてしまいます。気がつくやうに還暦そして…、なんて事になりそうです。一年の計は元旦にあり。何を為すか思い巡らし、365日が過ぎてしまう前に行動に移しましょう。今年も、皆様方にとって良い年でありますよう、また良い目標が見つかりますようお願いしております。



今年は、ピンク！

広報委員（那覇市医師会）
白井 和美

会員の皆様、新年あけましておめでとうございます。私は、昨年4月より広報委員となった、一年生委員です。本年もよろしくお願いいたします。

さて、ある月の広報委員会での光景です。これから来年の会報の背表紙の色について議論が始まろうとしています。「では、担当理事より次年度の会報のカラーにつき、ご提案いただきます。」「私は、ピンク色を提案させていただきます。ピンク色は、癒しや幸福を感じさせる色であり、次期会報のカラーとして適していると考えます。賛成、反対、何かご意見はございませんか。」「La vie en rose（ラヴィアンローズ）、ばら色の人生という語は、幸福や喜びにあふれた人生をピンク色で現しており、また、日本の国花の一つ、桜をも象徴する色でもある。賛成だ。」「女性には人気の色だが、男性には羞恥心を思い起こさせるというデータもある。男性会員の多い医師会報ではピンク色は敬遠されないか。」「色彩学的に、ピンク色には、体内のアドレナリンの分泌を抑制し、興奮を落

ち着かせ、緊張を緩和する効果があるという。良いのではないか。」「風水学的にも人間関係の改善効果が望める色といわれている。」「1月に咲き始める寒緋桜は、下向きに釣鐘状に咲くのが特徴だが、その少し濃い目のピンク色を使用するのは、沖縄県医師会報にふさわしいのではないか。」「ピンクといえば、乳がん予防活動のピンクリボン活動がある。毎年10月1日に東京タワーなどがピンク色にライトアップされ、この活動の啓発に一役買っているが、がん検診受診率が低迷する中、医療に関係するものとして全ての検診の受診率向上に取り組む姿勢を示す意味でもピンク色を使用することは重要ではないか。担当副会長の玉城先生も、ピンクリボン活動に積極的だ。」等々、喧々諤々の真剣な討議の結果、「では、ご意見も出揃ったようですので、担当理事としては、次期会報のカラーはピンク色に決定します。」(拍手)というわけではなく、実は、「流れからいって、次はピンクなんかどうでしょう。」「まあ、黄色もいいですが。」「では、多数決ということで。」という和気藹々とした雰囲気の中で決定しました。この会報を皆様がお手に取られるたびに幸せな気持ちが僅かでも届きますように祈念しております。



**僕も実は卯年生まれ
なのです。**

広報委員(那覇市医師会)

玉井 修

僕は昭和38年生まれの年男です。周りの人に何年生まれですか?と聞かれると、結構得意になってウサギ年ですとこたえます。ウサギはとても寂しがり屋で、一羽にしておく寂しくて死んでしまうとか?何とも可愛らしいじゃありませんか。さて、今年の僕の目標は瑞々しく今をイキイキと生きる事です。最近社会全体がヒステリックになり、他者への余裕も、心遣い

もなくなっている様な気がします。僕自身毎日の中でも、～してはいけない、という事ばかりが際限なく拡がり自分自身をがんじがらめにしていました。しかし、外を歩けば美しい花が咲き、良い匂いがしています。以前は食べたいと思わなかったスイーツも、食べてみると案外良さが解ってきました。もっと自由に、おおらかに、瑞々しい今の自分を生きること、僕は長い間それを忘れていたような気がします。受験勉強の時代から、医師になっても多くの規範に従い、人に非難される事の無いようにガチガチに生きてきた気がします。しかし、僕の身体にはいつでも真っ赤な血が流れ、美しいものに震える心もあるのです。日頃の生活の中で、一步前に入る事をためらうような場面では、今僕はイキイキと生きているだろうか?と自問自答します。最近小学校5年生の息子が「生きている事って素晴らしい」という作文を書きました。そう、そのとおりなのです。

いつの間にか自分を殺して生きる事や、死んだように生きる事ばかりが上手になっていました。柔らかい感性を失う事こそ、人生において最もやってはいけない事なのだとそう思うのです。



感謝

広報委員(南部地区医師会)

玉城 清酬

明けましておめでとうございます。昨年は本当に有難う御座いました。感謝の気持ちでいっぱいです。今年もよろしくお願い致します。振り返ってみますと人生の中で最も多くの人と知り会えた最高の年でした。さて、今年も昨年の政治・経済・社会・医療業界・その他の出来事に関し、聡明な先生方の様々な分析、意見が拝見できると思いますので、私は少し別の見方で昨年を振り返り、今年の抱負を考えてみたいと

思います。

実は、数年前から私は日本経済新聞の一月一日の第一面に興味を持っていました。昨年は、「ニッポン復活10年、「成長へ 眠る力引き出す」と題し、今後10年間の日本の進むべき道を示唆した内容でした。折しもNHKドラマ「竜馬伝」が終了した日、その日の日本経済新聞を読み返してみました。「2010年。変化の年の始まりになる。再生する米国、改革する欧州、飛躍するアジア。日本はこのままなら衰退の瀬戸際に立つ。重い足かせを飛躍のパネに転じたい。これからの10年。必要なのは、ニッポンの実力を世界で生かす知恵と工夫。使ってなかった筋肉を使うときがきた。」と冒頭文。一年前にこの洞察力、全くその通り、凄いなと思いました。「平均寿命が延びる日本。世界が羨む長生き社会か、社会保障負担にあえぐ高齢化社会か。答えは明らか一。長生きはいいことだ。」と言っています。登録する360人すべてが60歳以上という人材派遣会社、その名も「高齢社」、素晴らしい発想で売り上げも3億円以上の会社の話が載っていました。長寿国（長寿県：沖縄）は長寿国（県）の働く仕組みが必要ではないでしょうか。43%：「健康な限り働き続けたい」60歳以上のアンケートだそうです。私自身、介護事業そのものが雇用に繋がり、沖縄の景気回復に繋がるという発想は甚だ疑問だと考えます。高齢化は社会にのしかかるコストにしか成らないのでしょうか。そうとは思えません。シニア世代・女性に企業軸を与える時代が来たのではないのでしょうか。

健診ツアー・医療ツーリズムの話も載っていました。沖縄は位置的にアジアの中心拠点になっています。もともと台湾・中国の方々の出入りも多く、他県とは違う環境にあります。今年は、医療ツーリズム元年になります。基地問題含め沖縄は今年も波瀾万丈になりそうです。我々は我々の信条の下、ぶれの無い確りした考えで行動して行きたいですね。皆様にとっていい年でありますように。



新年のご挨拶

広報委員（国療沖縄公務員医師会）
久場 睦夫

新年あけましておめでとうございます。

旧年は普天間問題の他、尖閣問題、北朝鮮の砲撃等々穏やかならないう出来事が続きました。医療界も「医師不足」「医療費抑制」等、相変わらず厳しい状況は変わりませんでした。その中で唯一？一服の清涼剤といえる出来事は世界的にはチリ落盤事故救出、本県では高校野球興南高校の春夏全国制覇でした。本年は‘平和で良い事’の多い事を念願するばかりです。

さて、去年は心配されていた新型インフルエンザが重大な結果にはいたらず、胸をなでおろしましたが、今年もインフルエンザの変異等はなく平穏にいてくれる事を祈ります。

また本年は少しでも景気が回復し、医療資源が増え、ゆとりある医療界になってほしいものです。医師会の先生方には、よりよい医療社会に向け、この医師会報にて連携を密にして頂きたいと思います。

本年もよろしく願い申し上げます。



新春の挨拶

広報委員（琉球大学医師会）
金谷 文則

新年明けましておめでとうございます。今まで県医師会館の設立準備委員以外は県医師会活動とは縁が遠く、昨年より初めて広報委員になりました。4月の某日、私の机の上に「広報委員よろしく願いします。」とのメモがあり、何も聞いておりませんでしたので、てっきり琉

琉球大学医学部附属病院の広報委員かと思っ
ていましたら、県医師会の広報委員を委嘱され
たことに気づいたときにはもう6月でした。広
報委員会は毎月第1木曜日に開催されますが、
すでに9月まで第1木曜日は出張が入っており、
初めて広報委員会に参加できたのはすでに半
年が経過した10月でした。他の広報委員の皆
様にはご迷惑をおかけいたしました。その分、
原稿の査読は受け取り次第行っておりました
が、執筆内容が充実しておりほとんど加筆・訂
正の必要のない優れたもので感心いたしまし
ました。10月から出席した広報委員会も、委
員の皆様が県医師会報の内容を詳細にチェック
しており、内容の充実した会報になっており
ます。担当理事、委員の方々、事務局の皆
様のお陰と感謝しております。

私は生涯教育コーナー以外の投稿は初めて
ですので自己紹介をさせていただきます。昭和
28年に群馬県に生まれ、高校は埼玉県立熊谷
高校、大学は新潟大学を卒業いたしました。そ
の後、東日本や米国（ケンタッキー）の病院
で研修し、縁がありまして平成3年から琉球
大学医学部に勤めております。琉大で13個目
の転勤になり、平成12年から教授として勤
務しております。テニス、スキーが趣味です
が、一昨年よりサイクリングを始めました。
当科のサイクリング部のアドバイスを受け高
価なロードレーサーを買ったのは良いので
すが、足が外れない構造になれず、初日は
自転車に乗って琉大に到着するまでに8回も
転倒しました。高価な自転車を買ってしまった
ことと医局員に宣言した手前やめるにやめ
られず、自転車通勤を続けたところ、昨年
の11月14日のツールドオキナワではシニア
50kmを完走できました。自転車を始める前
は、腹位+2項目でメタボでしたが、現在は
腹位+1項目のメタボ予備軍まで改善してい
ます。今年は脱メタボを目指します。本年は
広報委員、事務局の皆様と県医師会報の一
層の充実を目指してゆきたいと思っております
。会員の皆様にも今年がよい年でありますよ
う祈念しております。



ちりも積もれば山となる!?

広報委員（沖縄県公務員医師会）
金城 正高

あけましておめでとうございます。

昨年より広報委員会の一員となり、会報編
集の楽しさを少しずつ実感しています。

実は僕、この県医師会報を毎月1ページ目
から読破するのが10年来の楽しみになって
おり、どこへ行くにも鞆の中の必須アイテム
となっています。とにかく面白いのです。今
月号を見ても、新春干支随筆を通してまだ面
識のない会員の皆様の人柄が垣間見れたり
（年齢もちょっと予測できたり・・・）、生
涯教育・プライマリケアコーナーで最新の知
見を勉強できたり、ロゴマークや開業顛末記
を読むと街中でクリニックをつい目で追っ
てしまったり・・・もちろん日本医師会や九
医連の記事から全国的な医療の動向を知る
こともできます。

会報の前半には各種協議会からの報告が掲
載されていますが、これまでなら正直読んで
肩が懲りました。ところがです。医師会報は
進化しています。協議会の雰囲気を「印象記
」として担当理事が解説を加えたり、写真や
レイアウトを工夫したりと読み手を意識した
やさしさを感じます。

さらに研修医歓迎レセプションや県医学会
総会、「おきなわシュミレーションセンター」の
計画を通して若手医師・研修医にも積極的
に参加してもらい、さらに強固な会員連携を
図る重要なツールとして、この会報誌の役割
が大きくなると感じています。

小さな記事から学術論文まで、毎月読み
続けると“博識教養の身につく!?”そんな
楽しい県医師会報を目指して頑張りたいと思
います。今年もよろしくお願ひ致します。



2011年を迎えるに当たり

広報委員（那覇市立病院医師会）
旭 朝弘

新年あけましておめでとうございます。

昨年4月より県医師会の広報委員として参加させていただいております。原稿の査読や編集会議への参加など、最初は戸惑いもありましたが、徐々に慣れてきたかと思っております。それらを通じて自分の知らなかった医学の知識を得ることが出来たり、また、医療界を取り巻く様々な問題について考えさせられるきっかけが得ることが出来たと思っております。

昨年の医師会報にも離島のみならず、中北部でも医療が疲弊していることが取り上げられたことがあります。自分も伊是名と粟国診療所にそれぞれ1年勤務したことがあり、離島での医療の厳しさは経験済みです。那覇市立病院は、立地条件が抜群にいいせいもあって、研修医やスタッフ医師が増えているという恵まれた環境にあります。個人的には、研修医のなかから離島や中北部に勤務する人材が育ってくれたらいいなあと考えています。

毎年の目標として、体重を減らして運動もやっているとありますが、今年はどうなることや。県医師会の広報委員という重職が務まるよう、広い視野をもって自分に与えられたことに取り組んでいきたいと考えています。

お知らせ

日医白クマ通信への申し込みについて

さて、日本医師会では会員及び、マスコミへ「ニュースやお知らせ」等の各種情報をEメールにて配信するサービス（白クマ通信）をおこなっております。

当該配信サービスをご希望の日医会員の先生方は日本医師会ホームページのメンバーズルーム (<http://www.med.or.jp/japanese/members/>) からお申し込みください。

※メンバーズルームに入るには、ユーザーIDとパスワードが必要です。（下記参照）

不明の場合は氏名、電話番号、所属医師会を明記の上、bear@po.med.or.jpまでお願いいたします。

ユーザーID

※会員ID（日医刊行物送付番号）の10桁の数字（半角で入力）。

日医ニュース、日医雑誌などの宛名シール下部に印刷されているID番号です。

「0」も含め、すべて入力して下さい。

パスワード

※生年月日6桁の数字（半角で入力）。

生年月日の西暦の下2桁、月2桁、日2桁を並べた6桁の数字です。

例) 1948年1月9日生の場合、「480109」となります。